ÜBER LEBEN IN DER WILDNIS

ISBN 978-3-8094-5156-3

1. Auflage

© 2025 by Bassermann Verlag, einem Unternehmen der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, Neumarkter Straße 28, 81673 München

Das Werk erschien erstmals 2019 in Großbritannien bei Modern Books, einem Imprint von Elwin Street Productions Limited, 10 Elwin Street, London E2 7BU, United Kingdom (www.elwinstreet.com) unter dem Titel *How to survive in the wild*

© Elwin Street Limited 2019

Jegliche Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne die Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar.

Umschlaggestaltung: Penguin Random House Verlagsgruppe unter Verwendung des Originalcovers

Übersetzung: Wiebke Krabbe, Damlos

Redaktion und Producing: Dr. Alex Klubertanz, Haßfurt, www.semiserif.de

Herstellung: Birgit Olbrich

Projektleitung: Lea Schmid

Die Informationen in diesem Buch sind vom Verlag und den Autoren sorgfältig geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung des Verlags und seiner Beauftragten sowie der Autoren für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

MIX
Paper | Supporting responsible forestry
FSC® C016973

Printed in China

ÜBER LEBEN IN DER WILDNIS

DER PRAKTISCHE SURVIVAL-GUIDE FÜR OUTDOOR-ABENTEUER

SAM MARTIN & CHRISTIAN CASUCCI

Bassermann

Inhalt

Vorwort 7

Kapitel 1: Gut gerüstet 8
Vorbereitung muss sein 10
Wann? 11
Wohin? 12
Grundausstattung 14
Kleidung 16
Das Wetter beobachten 18
Karten lesen 20
Schneiden und binden 21
Umgang mit einem Messer 22
Umgang mit einer Axt 24
Seile herstellen 25
Die wichtigsten Knoten 28
Verzurren und bauen 30
Nähen 32

Kapitel 2: Schutz 34
Ein Dach über dem Kopf 36
Der Lagerplatz 37
Einen Unterstand bauen 42
Eine Blockhütte bauen 44
Heim und Herd 56

Kapitel 3: Wasser 58
Der durstige Körper 60
Temporäre Wasserquellen 62
Wüsten 66
Permanente Wasserquellen 67
Einen Brunnen graben 70
Sicheres Trinkwasser 72
Wasser transportieren 73
Wasser speichern 74

Kapitel 4: Feuer 76
Tipps und Tricks 78
Sicherheit 80
Feuerholz 81
Ein Feuer aufsetzen 82
Feuer ohne Streichhölzer 84
Feuer machen bei Nässe und Kälte 88
Signalfeuer 89

Kapitel 5: Nahrung 90
Jagen und sammeln 92
Nährstoffe und Kalorien 93
Mitgebrachte Verpflegung 94
Kochen auf offenem Feuer 96
Essen aus der Wildnis 100
Fischen 104
Jagen 110
Beute transportieren und vorbereiten 116
Lebensmittel konservieren 120
Einen Ziegelofen bauen 121

Kapitel 6: Unterwegs 124
Kompass und Landkarte 126
Orientierung ohne Kompass 129
Orientierung anhand der Sterne 131
Hilfe rufen 132
Ein Kanu und Paddel bauen 134
Ein Floß für den Notfall 135

Schlusswort 138
Anhang: Erste Hilfe 140
Register 142
Über die Autoren 144

Vorwort

Martin aus der Buchhaltung lehnt an der Trennwand neben deinem Schreibtisch und redet über Quittungen, aber alles, was du hörst, ist das Knirschen herabgefallener Tannennadeln unter deinen Füßen. Karen, die Büroleiterin, fragt per E-Mail, in welcher Farbe sie Textmarker für dich bestellen soll. Du antwortest »Lagerfeuer« und meinst eigentlich Gelb. Später am Wasserspender stellst du dir vor, wie du in der Wildnis mit deiner Paisley-Krawatte einen primitiven Unterschlupf zusammenzurrst, weil ein Sturm aufzieht.

Wir alle müssen uns hin und wieder in die Wildnis zurückziehen, sei es für einen Wochenendausflug oder für ein größeres Abenteuer, vor allem, wenn wir den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sehen können. Aber wenn du in der Sicherheit deines klimatisierten Büros sitzt, fragst du dich vielleicht, ob du wirklich das Zeug dazu hast. Kannst du da draußen in der großen weiten Welt überleben?

In der modernen Welt kann nicht mehr jeder den Ruf der Wildnis hören oder die leise, ferne Stimme wahrnehmen, die uns etwas über die Geheimnisse der Natur zuflüstert. Aber für diejenigen, die sie hören, ist dieses Buch genau das Richtige. Denn es reicht nicht aus, dem Ruf der Wildnis zu folgen, man muss auch wissen, was zu tun ist, wenn man in der Natur angekommen ist. Welche Ausrüstung brauchst du? Wie kannst du dich vor den Elementen schützen? Wie findest du Nahrung und Wasser und wie hältst du dich warm? Wie findet man sich in freier Wildbahn zurecht und wie kommt man zurück in die Zivilisation, wenn es Zeit für die Heimkehr ist?

Dieses Buch gibt Antworten auf viele Fragen, z. B. wie man ein Messer schärft und einen Fisch richtig ausnimmt, wie man einen Schneegraben aushebt oder sich an den Sternen orientiert. Wer weiß, vielleicht hilft es dir da draußen sogar beim Überleben. Und wenn alles andere fehlschlägt, kannst du es immer noch benutzen, um damit ein Feuer zu machen.

KAPITEL 1

Gut gerüstet

Du willst also die Großstadt hinter dir lassen und dich in der freien Natur ausprobieren? Dann gilt es, einige Überlebenstechniken zu erlernen, und das gelingt am besten draußen. Es reicht aber nicht, mit Unterwäsche zum Wechseln und einem Schlafsack ins Auto zu steigen. Bereite dich vor, indem du zumindest die richtige Ausrüstung mitnimmst. Und pack unbedingt ein Messer ein – ohne ein gutes Messer geht gar nichts.

Vorbereitung muss sein

Wenn der Ausflug in die Natur schlecht vorbereitet wird, ist es mit der Begeisterung schnell vorbei. Man kann gar nicht sorgfältig genug vorbereitet sein, denn Mutter Natur kann launisch und unberechenbar sein. Du musst dir überlegen, was du anziehst, was und wo du isst und welche Ausrüstung du brauchst, um alles zu tragen, was du benötigst.

Wissen ist genauso wichtig wie die Ausrüstung. Eine Erste-Hilfe-Ausrüstung ist unerlässlich. Gute Verbandspäckchen enthalten Materialien zur Behandlung schwerer Verletzungen, aber am häufigsten wirst du Pflaster, Desinfektionsmittel und Schmerzmittel brauchen. Du wirst überrascht sein, wie oft du dich in der Wildnis schneidest, verbrennst und aufschürfst.

Erste-Hilfe-Ausrüstung

- ✓ Verbandsmaterial:
  - Pflaster
  - Butterfly-Wundnahtstreifen
  - Dreieckstuch
- ✓ Schmerzmittel wie Paracetamol oder Ibuprofen
- ✓ Antiseptische Tücher
- ✓ Gazebinden
- ✓ Sporttape
- ✓ Schere
- ✓ Nadeln (zum Entfernen von Splittern und Öffnen von Blasen)
- ✓ Polstertape/Moleskin (für Blasen)
- ✓ Rehydrierungslösung (mind. 2 Portionen)
- ✓ Große Sicherheitsnadeln
- ✓ Fieberthermometer
- ✓ Medikament gegen Durchfall
- ✓ Tabletten gegen Sodbrennen
- ✓ Zwei Rasierklingen
- ✓ Ausrüstung zum Nähen von Wunden

Wann?

Zur Vorbereitung gehört auch die Wahl des richtigen Zeitpunkts für dein Abenteuer. Natürlich ist die Jahreszeit ein wichtiger Faktor. Wenn du in den Tropen auf Entdeckungstour gehen willst, ist der August (der Höhepunkt der Hurrikan-Saison) vielleicht nicht die beste Zeit dafür. Ebenso wird eine Reise in die Alpen im Januar durch Schnee nicht lustiger oder spannender, sondern nur schwieriger.

Vielleicht gibt es Jahreszeiten, die du nicht gewohnt bist, wie die tropische Regenzeit. Solange du auf Regen vorbereitet bist und er dir nichts ausmacht, kann es eine großartige Zeit sein, um die Natur in Äquatornähe kennenzulernen. Und glaube nur nicht, dass es in der Wüste immer heiß sein muss. Nachts unter dem weiten, wolkenlosen Himmel verflüchtigt sich die Hitze schnell und es kann empfindlich kalt werden. Selbst im Sommer können die Temperaturen in der Wüste nachts auf 10 °C und weniger sinken.

Die Jahreszeiten bestimmen auch, welche Arten von Wildtieren unterwegs sind und in welcher Stimmung sich diese Tiere befinden. Bären sind gegen Ende des Sommers und bis in den frühen Herbst hinein oft aggressiv, denn sie wollen möglichst viel Nahrung zu sich nehmen, bevor sie in den Winterschlaf gehen. Sie sind aber auch mürrisch, wenn sie im Frühjahr aufwachen, denn sie haben mehrere Monate nichts gefressen. Eigentlich sollte man Bären am besten ganzjährig aus dem Weg gehen. Im Allgemeinen ist der Winter eine magere Zeit, und die Wildtiere sind oft aggressiver als in den ergiebigeren Zeiten des Jahres. Im Sommer andererseits gibt es Ungeziefer – an manchen Orten sogar jede Menge.

Ein weiterer Aspekt sind die Menschen. Wenn du wirklich Abstand zu allem gewinnen willst, wirst du keine Lust haben, einer vierköpfigen Familie beim Picknick zu begegnen, während du versuchst, deine nächste Mahlzeit zu angeln. Erfahrene Wanderer wissen, wann Hochsaison für Touristen ist, und wenn sie lieber allein unterwegs sein möchten, meiden sie die gängigen Urlaubszeiten.

Wohin?

Hast du schon einmal den Haustürschlüssel verloren und musstest im Auto übernachten? Wenn das deine ganze Campingerfahrung ist, solltest du für den ersten Wildnisausflug nicht gerade die Pyrenäen ansteuern.

Es gibt wärmere, weniger felsige Orte für den Anfang. Tief in die Wälder, Wüsten oder Berge vorzudringen, sollte man immer erfahrenen Spezialisten überlassen, vor allem, wenn es sich um unerschlossene Gebiete wie das australische Outback, die innere Mongolei oder die Sümpfe von Louisiana handelt. Auch in besser zugänglichen Nationalparks gibt es viel wildes Land zu erkunden. Aber dort gibt es auch Ranger, die das Gebiet wie ihre Westentasche kennen und wissen, dass da draußen jemand unterwegs ist.

Melde dich immer bei der Parkverwaltung an, bevor du dich auf den Weg machst, und informiere jemanden, in welche Richtung du gehst und wie lange du bleibst. Wenn du bis zu deinem voraussichtlichen Rückkehrtermin nicht wieder aufgetaucht bist, wird sich jemand auf die Suche machen. Wenn du nicht in einem Park bist, suchen dich nur die Tiere in der Umgebung – und die werden dir keinen Schokoriegel anbieten, wenn sie dich finden.

Außerdem verfügen viele Nationalparks über ein Mindestmaß an Infrastruktur, beispielsweise eigene Zeltplätze, fließendes Wasser und Toiletten. Außerdem bekommst du dort Informationen über die Flora und Fauna, die du bei deinen täglichen Wanderungen wahrscheinlich antreffen wirst. Das wiederum hilft dir, dich auf deine Umgebung einzustellen. In vielen Nationalparks gibt es auch unerschlossene Gebiete ohne jegliche Annehmlichkeiten, für die, die nichts als Natur pur wollen.

Gelände und Klima

Wo du hingehen solltest, hängt davon ab, was du tun willst und womit du dich wohlfühlst. Kein Interesse an heißem, schwülem Wetter? Meide die Camargue. Lust auf Bergsteigen und anspruchsvolles Wandern? Versuche es in den Alpen. Wüstentrekking? Wie wäre es mit Marokko und der Sahara?

Nur du entscheidest, wie weit du von der Zivilisation entfernt sein möchtest und wie lange. Wie bereits erwähnt, bieten Nationalparks das Beste aus beiden Welten: Ranger-Stationen und Campingläden in der Nähe, aber auch abgelegene Ecken, in denen man tagelang keinem Menschen begegnet. Wenn du gerade anfängst, dich in die Wildnis vorzutasten, solltest du erst einmal ein paar Wochenend-Campingausflüge in die nahe Umgebung unternehmen, bevor du planst, acht Monate lang in einem Zelt im Wald zu leben. Zwei Nächte im Freien geben dir eine gute Vorstellung davon, ob du mehr oder weniger Zeit unter dem Sternenhimmel verbringen willst.

Banff-Nationalpark (Kanada)

Yellowstone-Nationalpark (USA)

Pyrenäen-Nationalpark (Frankreich/Spanien)

Huanglong-Nationalpark (China)

Grand Canyon-Nationalpark (USA)

Corcovado-Nationalpark (Costa Rica)

Amazonas-Regenwald (Brasilien)

Tafelberg-Nationalpark (Südafrika)

Kakadu-Nationalpark (Australien)

Fiordland - Nationalpark (Neuseeland)

Grundausstattung

Zur Vorbereitung gehört auch die Ausrüstung, und davon gibt es jede Menge zu kaufen. Lass dich nicht verführen und kaufe genau die Dinge, die du brauchst, um warm, trocken, satt und gesund zu bleiben – nicht mehr und nicht weniger.

»Nicht mehr« bedeutet leichtes Gepäck. Zwei oder drei Kilogramm mehr klingen nicht viel, aber sie fühlen sich zehnmal so schwer an, wenn man drei Stunden unterwegs ist, bevor man am nächsten Campingplatz ankommt. In jedem guten Outdoor-Laden wird das Gewicht der Ausrüstung angegeben – von Zelten und Schlafsäcken bis hin zu Campingkochern aus Metall. Achte auf diese Angaben und notiere dir, wie viel deine Sachen wiegen. Ein paar Gramm summieren sich schnell. Ultraleicht-Rucksacktouristen rühmen sich damit, dass ihre gesamte Ausrüstung für Sommerwanderungen – ohne den eigentlichen Rucksack – gerade einmal fünf Kilogramm wiegt. Fünf bis neun Kilogramm gelten als leicht.

Überlege grundsätzlich, welche Utensilien mehr als eine Aufgabe erfüllen können. Ein Taschenmesser mit Dosenöffner und Korkenzieher ist ein gutes Beispiel. Manche Campingkocher dienen auch als Laternen, aber wenn du eine Taschenlampe hast, brauchst du vielleicht kein Laterne. Aus Kaffeebechern aus Metall kann man auch seine Suppe essen. Praktisch sind auch Hosen, die sich mit einem Reißverschluss kurz über dem Knie in Shorts verwandeln lassen. In der Wildnis sind Modefragen zweitrangig.

Heutzutage gibt es für die meisten Outdoor-Ausrüstungen eine normale Variante und eine teurere Alternative aus leichtem Material. Ein typisches Zweipersonenzelt aus Nylon wiegt zum Beispiel etwa 2,3 Kilogramm, ein Zelt aus silikonbeschichtetem Nylon (einem viel dünneren Material) ist mit einem Gewicht von 900 Gramm zu haben.

Das Essen ist ein weiterer wichtiger Gewichtsfaktor – zumindest auf dem Hinweg. In Kapitel 5 sehen wir uns genauer an, wie man Frühstück, Mittag- und Abendessen leicht halten kann.

Das musst du einpacken

Zum Tragen der Ausrüstung

- ✓ Rucksack, groß genug für die gesamte Ausrüstung
- ✓ Tagesrucksack für das Wesentliche, nachdem das Lager errichtet ist

Zum Kochen und Essen

- ✓ Campingkocher und Brennstoff
- ✓ Kochset mit Topf, Bratpfanne, Gabel, Löffel und Messer
- ✓ Becher aus Edelstahl
- ✓ Wasserflasche
- ✓ Tabletten zur Wasseraufbereitung
- ✓ Wasser- und windsichere Streichhölzer
- ✓ Dosenöffner
- ✓ Angelset mit Schnur, Haken, Pose und Senkblei

Zum Schlafen

- ✓ Schlafsack, am besten Mumienschlafsack, der nur Augen, Nase und Mund frei lässt
- ✓ Selbst aufblasende Isomatte
- ✓ Zelt mit Regenschutz (siehe Kapitel 2)

Körperpflege

- ✓ Kulturtasche mit Seife, Zahnbürste, Rasierzeug usw.
- ✓ Insektenschutzmittel
- ✓ Sonnenschutzcreme
- ✓ Lippenbalsam

Lebenswichtig

- ✓ Taschenmesser und größeres Survival-Messer (mehr dazu später)
- ✓ Stirnlampe, damit die Hände frei bleiben
- ✓ Nähzeug
- ✓ Reisekerze in einer Dose mit Deckel
- ✓ Kompass, Karte und wasserdichte Hülle
- ✓ Armbanduhr
- ✓ Trillerpfeife/Signalpfeife
- ✓ Ein 6 m langes Seil und zwei 3 m lange Seile
- ✓ Drahtsäge
- ✓ Sonnenbrille und Fernglas
- ✓ Toilettenpapier